

УДК 37

DOI 10.21661/r-555293

Тиосова Т.Н.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ВЛАДИВОСТОКСКОГО ФИЛИАЛА РОССИЙСКОЙ ТАМОЖЕННОЙ АКАДЕМИИ

Аннотация: статья посвящена анализу результатов анкетирования на тему «Физическая подготовка студентов третьего курса Владивостокского филиала Российской таможенной академии».

Ключевые слова: физическая культура, анкетирование, сравнительный анализ, физическая подготовка, спортивные мероприятия, спортивные секции.

Элективные дисциплины по физической культуре являются одной из составляющей, которая способствует формированию личностных характеристик будущего специалиста. В рамках учебных занятий данная дисциплина является инструментом всестороннего развития студента, улучшения физического и психологического состояния во время прохождения учебного процесса.

Под физической подготовкой понимается комплекс упражнений по физической культуре, которые направление на развитие и поддержание физических качеств, таких как сила, выносливость, скорость, гибкость и т. д.

Многими исследованиями подтверждено мнение, что у студентов, которые систематически занимаются физической культурой и поддерживают активный образ жизни, вырабатывается постоянный режим дня, повышается уверенность в себе, улучшается умственная работа. «Активные» студенты отличаются от других коммуникабельностью, устойчивостью к стрессовым ситуациям, добросовестностью, собранностью, настойчивостью, повышенным чувством ответственности и лидерскими качествами [2]

Все это подтверждает, что физическая подготовка студентов положительно влияет на физическое и психологическое состояние, формирует характер личности, в особенности на способность и устойчивость к образовательному процессу.

Таким образом, тема физической подготовки студентов является актуальной на протяжении всего процесса обучения. Участие студентов в спортивных мероприятиях и самостоятельные занятия по физической культуре способствуют повышению эмоциональной составляющей, что отражается на готовности к образовательному процессу.

Цель нашего исследования заключалась в том, чтобы проанализировать физическую подготовку студентов.

В тестировании были опрошены студенты третьего года обучения: экономический факультет (46 человек), юридический факультет (30 человек) и факультет таможенного дела (75 человек).

Первый вопрос был направлен на то, чтобы узнать «группу здоровья» обучающихся студентов на факультетах. Рис. 1

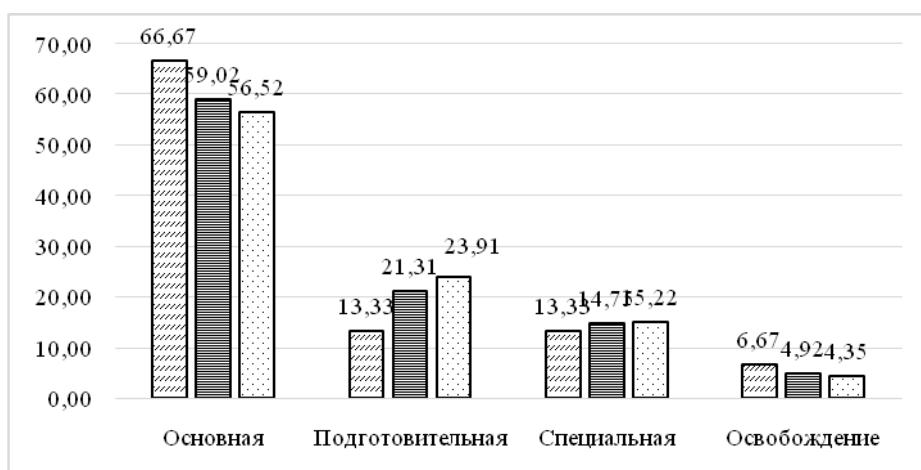


Рис. 1. Распределение студентов по группам здоровья, %

▨ юридический факультет; ■ факультет таможенного дела;

▨ экономический факультет

Из анализа диаграммы мы видим, что подавляющее количество студентов имеют основную группу здоровья, что несомненно является положительным моментом. Студентов с освобождением от занятий физической культурой в академии насчитывается 7 человек на трех факультетах. Большая доля студентов со «специальной» и «подготовительной» группой здоровья фиксируется на экономическом факультете. С помощью второго вопроса мы хотели выяснить занимаются ли студенты спортом в не, обязательных занятий по расписанию, в рамках

академии. Результаты ответов на вопрос «Занимаетесь ли Вы в спортивных секциях академии?». Рис.2.

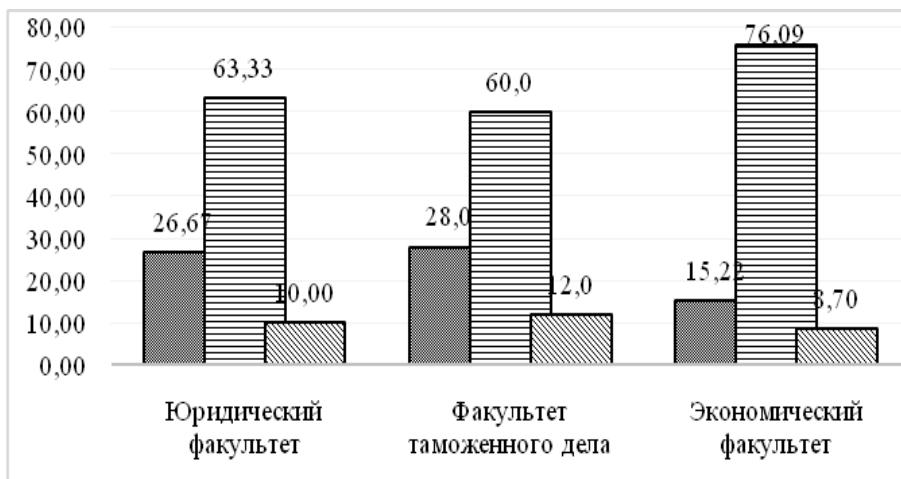


Рис.2. Посещение студентами спортивных секций академии, (%)

■ – посещают; ▨ – не посещают, ▲ – не регулярно.

На основе анализа выяснено, что большая доля студентов не посещают спортивные секции академии. Так, в совокупности, из опрошенных студентов, только 36 обучающихся посещают секции (8- студенты юридического факультета, 21- факультета таможенного дела, 7- экономического факультета). Не регулярно посещают 16 студентов (3- студенты юридического факультета, 9- факультета таможенного дела, 4- экономического факультета). Остальных не привлекают занятия спортом. Те, кто предпочитает посещать секции, наиболее чаще отдают свое предпочтение: баскетболу, волейболу и боксу.

Спортивная подготовка студентов подразумевает под собой не только посещение занятий по физической культуре, тренировок, секций, но и самостоятельные занятия спортом. В тестировании был предложен вопрос «Занимаетесь ли Вы спортом вне стен академии?». Рис.3.

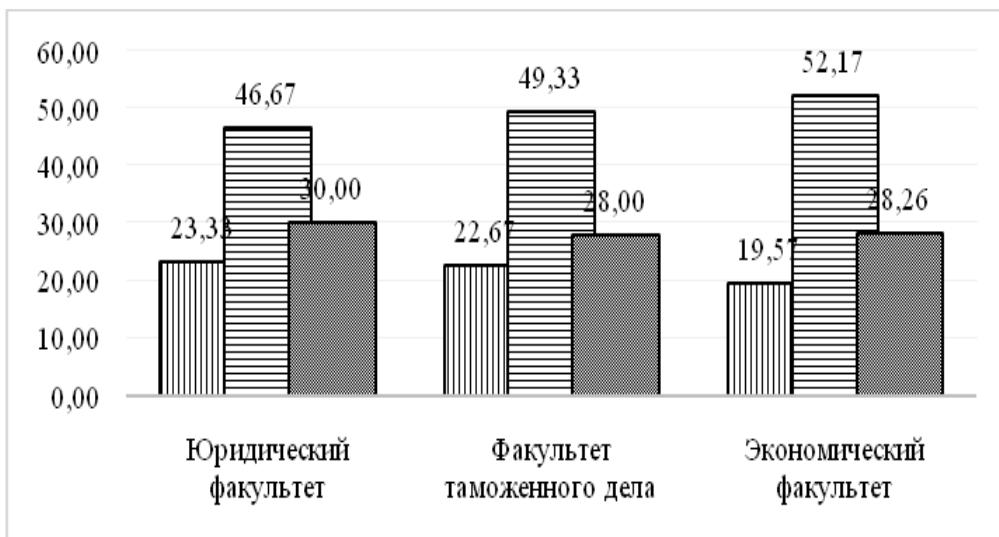


Рис.3.Занятие спортом студентами вне академии, %

|| занимаются; ≡ 2 – не занимаются, ■ 3 – не регулярно.

На диаграмме наглядно представлено, что в данном вопросе так же, как и в предыдущем, ответы распределились примерно в одинаковом отношении. Так, большая доля принадлежит ответам «не занимаюсь» (75 студентов не уделяют внимания спорту), вариант ответа «не регулярно» выбрало 43 студента, тех, кто занимается спортом, вне рамок академии насчитывается 33 человека. Так, в свободное от учебы время, обучающиеся самостоятельно посещают спортивные залы, занимаются различными видами борьбы, легкой атлетикой, футболом, танцами и другими видами спорта.

В рамках нашей академии ежегодно проводится спартакиада, где факультеты встречаются как соперники друг с другом по видам спорта: волейбол, баскетбол, шахматы и настольный теннис. Также проводятся спортивные состязания: «А ну-ка, юноши!» и «А ну-ка, девушки!», которые посвящены праздникам «День защитника отечества» и «Международному женскому дню». Следовательно, следующий вопрос «Принимаете ли Вы участие в спортивных мероприятиях, которые проводятся в рамках академии?». Рис.4.

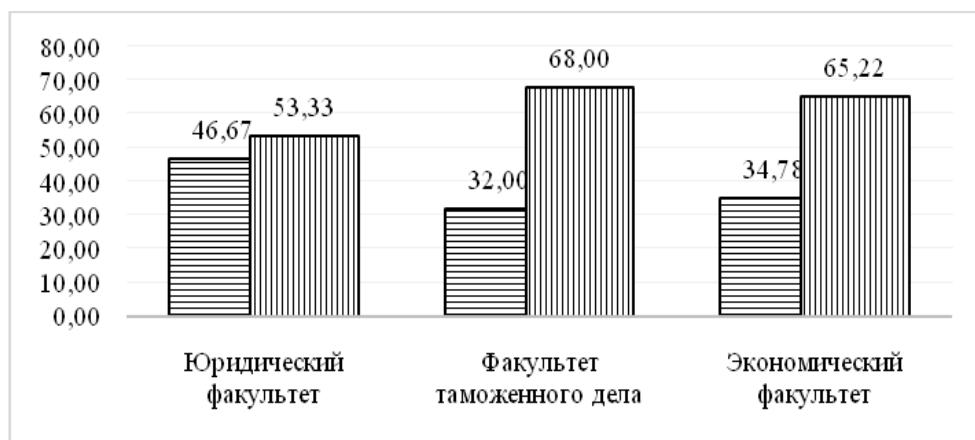


Рис.4 Участие студентов в спортивных мероприятиях в рамках академии, %

≡ 1 – принимают; ||| 2 – не принимают

Из диаграммы видно, что большинство студентов не принимают участия в спортивных мероприятиях. В академии 54 студента 3 курсов защищают честь своей группы, своего факультета и выступают в командах на спортивных состязаниях. (14- студенты юридического факультета, 24- факультета таможенного дела, 16- экономического факультета).

Для того, чтобы понять субъективно ли студенты оценивают свою спортивную подготовку, был предложен вопрос «Как Вы думаете, какой факультет сильнее в следующих спортивных мероприятиях: шахматы, волейбол, баскетбол, настольный теннис?» для дальнейшего сравнения с фактическими результатами проведения спартакиады.

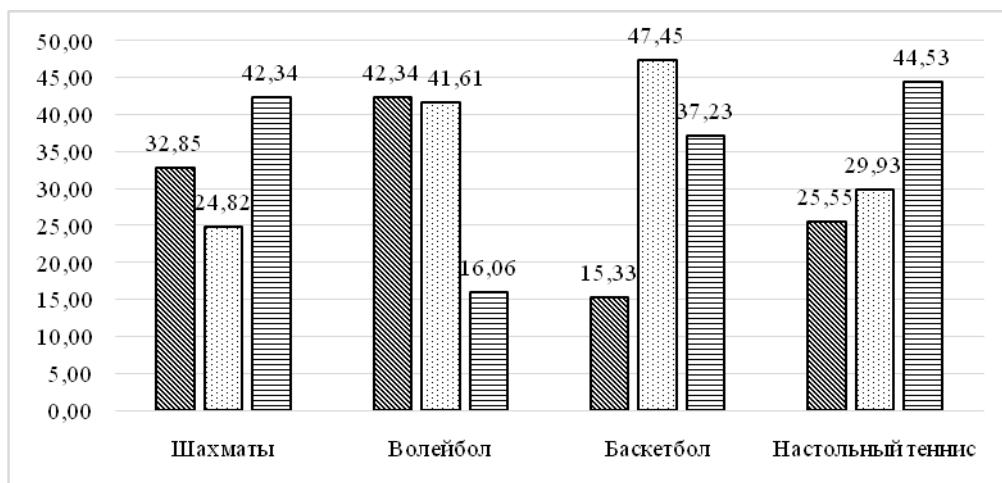


Рис. 5. Распределение мест в спартакиадах по мнению студентов, %

▨ – юридический факультет; ≡ – экономический факультет; ⚫ – факультет таможенного дела

Чтобы проанализировать распределение мест по спортивным мероприятиям по мнению студентов, их ответы были просуммированы. Наглядно видно, что в каждом соревновании победители меняются. Например, большинство студентов (42,54% из 137 человек) считают, что в шахматах чаще всего выигрывает факультет таможенного дела, в волейболе мнения о победителях распределяются почти поровну между юридическим и экономическим факультетами (42,34 и 41,61% соответственно). Победу в баскетболе студенты отдают экономическому факультету (47,45%), а в настольном теннисе факультету таможенного дела (44,53%).

Следующий вопрос был направлен на выяснение достаточности проведения секций в академии и звучал следующим образом: «Сколько раз в неделю Вы бы хотели заниматься в секциях?» Рис.6.

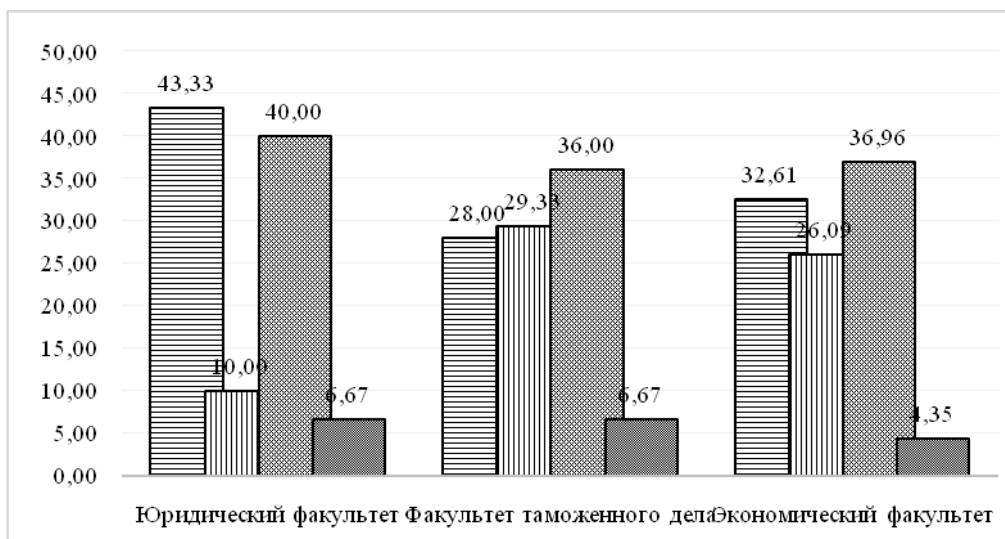


Рис.6. Необходимое количество дней занятий в секциях по мнению студентов,

% ─ сколько, ─ один раз, ─ 3 – два-три раза, ─|| – более 3 раз в неделю

Большая часть опрошенных студентов считают необходимым 2–3 тренировки в неделю-56 ответов (12- студенты юридического факультета, 27- факультета таможенного дела, 17- экономического факультета). Не хотят заниматься спортом 49 человек, считают нужной только одну тренировку в неделю 37 человек и более 3 раз в неделю хотели бы заниматься 9 студентов. Положительным моментом, можно отметить, что большое число студентов считают необходимым 2–3 тренировки в неделю, т.к. многими исследованиями подтверждено, что

такое количество занятий в неделю является самым оптимальным, так как не наносит вред организму, мышцы успевают «отдохнуть» и прийти в тонус после силовых нагрузок. [3]

Чтобы выяснить какие спортивные секции являются наиболее востребованными среди студентов, в ходе анкетирования им был задан следующий вопрос: «В каких секциях Вы бы хотели заниматься в академии?» Рис.7.

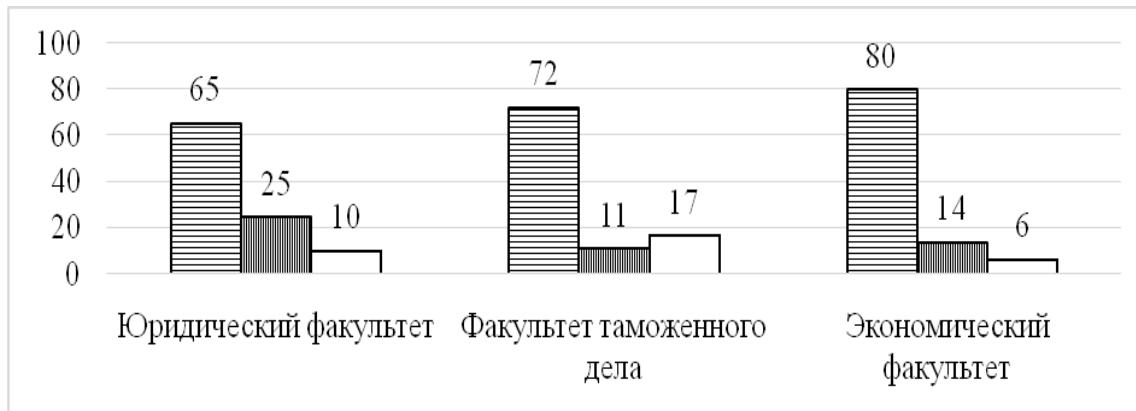


Рис. 7. Спортивные секции наиболее предпочтительные для студентов,

% - волейбол, - баскетбол, - другое

В ходе анализа полученных ответов, было выяснено, что среди трех факультетов большой популярность пользуется волейбол. Среди опрошенных студентов данный вид спорта выбрали 111 студентов (20 юридический факультет, 37 экономический факультет, 54 факультет таможенного дела).

Для определения того, насколько профессионально студенты занимались спортом ранее и занимаются в настоящее время и уровня их подготовки по отдельным видам спорта, среди вопросов анкетирования был представлен следующий вопрос: «Имеется ли у Вас спортивный разряд? Рис.8.

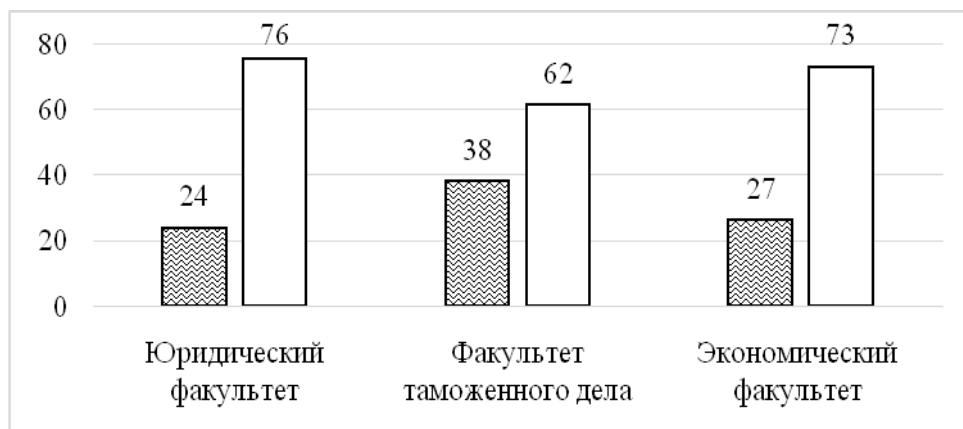


Рис. 8. Наличие спортивного разряда, % – имеется, – не имеется

По итогам опроса было определено, что среди опрашиваемых студентов, у большинства из них нет спортивного разряда, а именно у 104 человек (34 юридический факультет, 23 экономический факультет, 47 факультет таможенного дела). Это может быть обусловлено различными факторами, наиболее вероятным среди которых можно считать отсутствие достаточной подготовки студентов по различным причинам.

Посещение занятий по физической культуре дает студентам возможность, поддерживать или повышать степень своей подготовки в зависимости от ее первоначального уровня. Для того чтобы выяснить, как часто студенты пропускают учебные занятия им был задан следующий вопрос: «Часто ли Вы пропускаете физкультуру?». Рис. 9

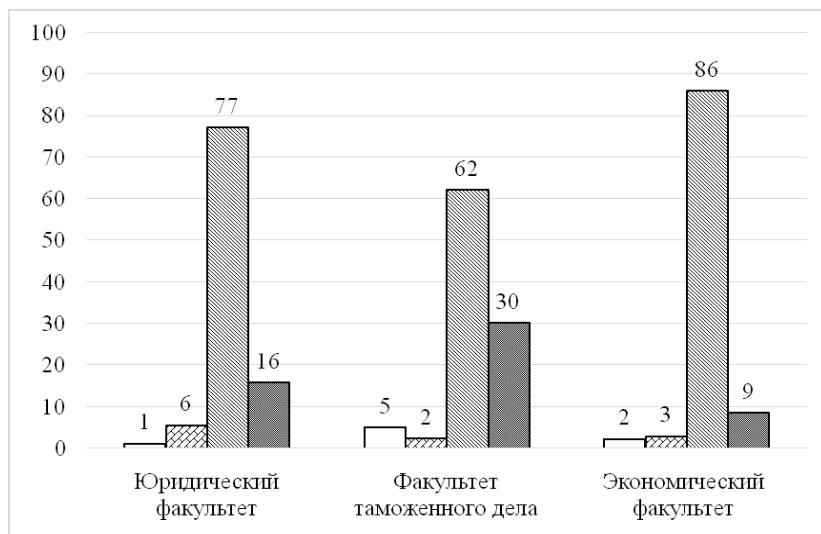


Рис. 9. Частота посещаемости студентов занятий по физической культуре, % – один раз в неделю, – один раз в две недели, – один раз в месяц, – более одного раза в месяц

По данным диаграммы видно, что наибольшая часть студентов старается пропускать занятия по физической культуре как можно реже, а именно не чаще чем один раз в месяц (119 человек, из них: 32 юридический факультет, 40 экономический факультет, 47 факультет таможенного дела). Наиболее частым ответом на следующий вопрос анкеты: «По каким причинам пропускаете занятия по физической культуре?», был ответ «По личным причинам».

С целью выявления возможных направлений проведения соревнований в академии и как следствие введения дополнительных секций студентам был задан вопрос: «Соревнования по каким видам спорта Вы бы хотели, чтобы проводились в академии?». Рис. 10.

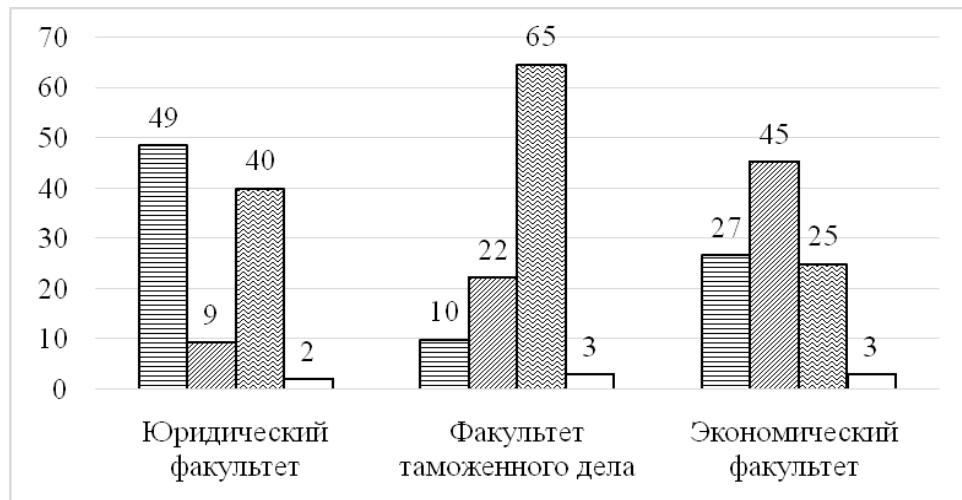


Рис. 10. виды спорта по которым должны проводится соревнования,

по мнению студентов, % – футбол, – стрельба, – легкая атлетика – другое

Наиболее часто среди ответов повторялись такие виды спорта как: футбол, стрельба и легкая атлетика. Мнения среди факультетов разделились, по итогам опроса для студентов юридического факультета предпочтительнее оказался футбол, его выбрали 15 человек. Студенты факультета таможенного дела хотели бы принять участие в соревнованиях по легкой атлетике, так считают 49 студента. Экономический факультет в количестве 21 человека выделили стрельбу. В совокупности по всем факультетам предпочтительнее всего оказалась легкая атлетика, ее выбрали 72 студента.

На основе проведенного анализа, можно сделать вывод, что студенты третьего курса, находятся в удовлетворительной физической форме, что обусловлено рядом факторов, к которым можно отнести: загруженность учебными занятиями, отсутствие в академии желаемых для посещения секций, нехватка времени по личным причинам и др. Стоит отметить, что академия уделяет большое внимание физическому развитию студентов, посредством проведения ежегодных спартакиад и привлечению студентов на занятия в различных секциях,

позволяющих получить как новые навыки, так и закрепить умения, полученные ранее и укрепить свое физическое состояние[1]

Одним из путей привлечения большего числа студентов к спортивным занятиям, является введение новых секций и включение в спортивные соревнования тех видов спорта, по которым они ранее не проводились, но которые являются желаемыми для студентов.

Список литературы

1. Агапова А.С. Влияние общей физической подготовки на образовательный процесс студентов // Научное сообщество студентов XXI столетия. ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ: сб. ст. по мат. LXI междунар. студ. науч.-практ. конф. №1(61). URL: [https://sibac.info/archive/guman/1\(61\).pdf](https://sibac.info/archive/guman/1(61).pdf) (дата обращения: 25.02.2020)
2. Бабаян Г.К. Спорт и спортивная культура студентов в системе высшего образования / Г.К. Бабаян, Е.В. Егорычева, И.В. Чернышёва, М.В. Шлемова // Международный студенческий научный вестник. – 2016. – №5–2 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=15685> (дата обращения: 25.02.2020).
3. Михайлова С.Н. Формирование физической культуры студентов // Молодой ученый. – 2017. – №13. – С. 645–649 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/147/41391/> (дата обращения: 25.02.2020).

Тиосова Татьяна Николаевна – старший преподаватель, Владивостокский филиал ГКОУ ВО «Российская таможенная академия», Владивосток, Россия.
